

附表 2：

**基隆市七堵國小 112 學年度學校辦理校長及教師公開授課
共同備課紀錄表**

教學時間	113 年 1 月 4 日第二節		教學班級	301 班	
教學領域	健康與體育		教學單元	伸展跑步趣	
教學者	曾仁德	觀察者	張兆文、王玉程、彭木彬		觀察後會談時間 當天第三節
<p>教材內容：</p> <p>康軒版三年級健康與體育「伸展跑步趣」單元中，運用「繩梯」練習跑跳組合動作，以幫助學生提升跑步的速度、敏捷型和身體協調性。</p> <p>教學目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 健體領域：學生能做出「前後交換步跑(swap back&forth)」、「Z 字型雙腳跳(Z jump)」、「前跳 2 格再後跳 1 格(2 forward 1 back)」、「90 度轉身跳(90 degree turn)」等 4 種動作，並運用其中一種跑跳組合動作，協助團隊完成闖關活動。 2. 英語領域：學生能聽懂英文的簡易跑跳術語，並能英語作適當回應。 <p>學生經驗：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生在第一節課練習過使用繩梯進行快速跑、前後交換步跑及分腿跳接單腳跳等 3 種跑跳組合動作。 2. 學生可以運用簡易英語口訣操作跑跳組合動作。 <p>教學活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 由體育股長帶領全班進行暖身運動後，全班慢跑場地 3 圈。 2. 學生協助教師布置 2 組「繩梯跑跳接力闖關」活動場地，每組在地面放置 4 個繩梯。在每組最後一個繩梯後放置 5 個不同顏色的小圓盤。 3. 教師運用顏色卡帶領學生複習白色(White)、橘色(Orange)、綠色(Green)、藍色(Blue)、黃色(Yellow)等 5 種顏色的單字。 4. Let' s do swap back&forth ! 請同學分別出來示範「前後交換步跑(swap back&forth)」、「Z 字型雙腳跳(Z jump)」、「前跳 2 格再後跳 1 格(2 forward 1 back)」、「90 度轉身跳(90 degree turn)」等 4 種跑跳組合動作。 5. 教師說明「繩梯跑跳接力闖關」活動規則： <ol style="list-style-type: none"> (1)4 人一組，分別站在各關卡(Task)的繩梯旁預備。 (2)第一人抽一張顏色卡後，進行第一關繩梯任務，接著跑向第二關，用英文告訴第二人抽到的顏色，第二人進行第二關繩梯任務，以此類推，第四人完成繩梯任務後，拿取正確顏色的小圓盤即過關。 (3)若還有時間，請各組變換負責關卡的人，再次進行挑戰。 					

教學評量方式：

1. 觀察學生是否皆能熟練至少 1 種繩梯跑跳組合動作。
2. 進行闖關活動時，觀察學生是否能以英文單字傳遞及拿取正確的「顏色」。